



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Krause, Uwe

Asociación: Alach

Dorsal: 117

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 16:26

velocidad: 14.60 km/h

rendimiento en carrera: 4:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 50 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 45 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 4 (de 35)

mejor tiempo en la categoría: 15:11

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Runde	2.00	8:16	4:08	5	1:59	58	2:16	2.00	8:16	4:08	19	94	2:16	
Leichtathletikhalle	2.00	8:10	4:04	2	0:28	41	1:56	4.00	16:26	4:06	4	1:15	45	4:09